

# La gestione di studenti ADHD

## 1. Riconoscere i segnali dell'ADHD

- Disattenzione frequente e difficoltà a mantenere la concentrazione.
- Impulsività nei comportamenti e difficoltà a rispettare regole o turni.
- Iperattività, agitazione motoria, necessità di alzarsi frequentemente.
- Disorganizzazione nello svolgimento dei compiti e nella gestione dei materiali.
- Difficoltà a relazionarsi con i compagni o a interpretare le conseguenze dei propri gesti.

## 2. Caso Studio: Andrea

Andrea è un ragazzo intelligente e vivace, con buone capacità di apprendimento. Tuttavia, presenta difficoltà a mantenere l'attenzione, dimentica frequentemente il materiale scolastico, è disorganizzato e i suoi elaborati risultano disordinati. A livello comportamentale, Andrea è impulsivo, fatica a controllare le proprie reazioni con i compagni e non sempre riconosce le conseguenze delle sue azioni.

### Cosa fare?

- Stabilire momenti programmati in cui Andrea può alzarsi e muoversi.
- Consentirgli piccole pause con incarichi utili (es. portare materiale in segreteria).
- Definire quando è necessario il silenzio e quando è concesso parlare.
- Ridurre al minimo il materiale sul banco e usare eventualmente oggetti antistress.
- Aiutarlo a pianificare lo studio con tabelle settimanali e suddivisione in piccoli compiti.
- Aiutarlo a riflettere sulle proprie azioni e a riconoscere i segnali che precedono una crisi.

### Cosa evitare?

- Rimproveri frequenti o umilianti, che danneggiano l'autostima.
- Lezioni troppo lunghe o prive di variazioni.
- Uso della punizione come esclusione dalla classe.
- Interpretare sempre l'impulsività come aggressività volontaria.

### **3. Caso studio: Nicola**

Nicola ha 13 anni e frequenta la seconda classe della scuola secondaria di primo grado. È un ragazzo intelligente, ma spesso distratto, con difficoltà nella gestione del tempo e del materiale scolastico. Mostra disorganizzazione, tende a perdersi nei pensieri e fa fatica a restare concentrato durante le lezioni.

#### **Cosa fare?**

- Farlo sedere lontano da fonti di distrazione e vicino a compagni tranquilli.
- Alternare momenti di attività con pause frequenti.
- Mantenere il contatto visivo durante le spiegazioni.
- Offrire compiti graduali e proporli nei momenti di maggiore lucidità.
- Motivarlo con attività coinvolgenti (es. presentazioni come storie o misteri).
- Rinforzare positivamente i piccoli successi.
- Usare supporti visivi per ricordare materiali e compiti (es. bacheca con check list).

#### **Cosa evitare?**

- Correzioni pubbliche o sarcasmo.
- Lezioni solo frontali o prive di stimoli.
- Inserimento in gruppi disorganizzati o caotici.
- Attività troppo lunghe o senza pause intermedie.

### **4. E se ci sono altri segnali?**

Talvolta, ai comportamenti tipici dell'ADHD si affiancano altri segnali che non rientrano completamente nel quadro dell'iperattività o dell'inattenzione. In questi casi, è importante **non agire da soli**, ma:

- **Osservare con attenzione:** ansia, tristezza frequente, difficoltà relazionali marcate o comportamenti oppositivi possono segnalare la presenza di **altri disturbi**.
- **Condividere i dubbi** con il team docente, i referenti scolastici o con la famiglia, in modo da avviare un confronto costruttivo.
- **Chiedere supporto** a specialisti dell'età evolutiva, per approfondire e chiarire la situazione.

Circa il 50% degli studenti con ADHD presenta anche **altri disturbi psichiatrici** in comorbilità, come:

- Disturbo oppositivo provocatorio o disturbi della condotta
- Disturbi d'ansia (fino al 25–30%)
- Disturbi dell'umore
- Disturbi specifici dell'apprendimento

È importante saper distinguere, ad esempio, se un comportamento di rifiuto è legato a un disturbo oppositivo o a una fatica attentiva. Inoltre, la presenza di ansia può "mascherare" l'impulsività, generando profili più silenziosi ma altrettanto in difficoltà. Anche la **difficoltà scolastica** può essere un segnale da osservare con attenzione: può derivare da un'inefficace gestione delle funzioni esecutive, ma anche da disturbi dell'apprendimento sottostanti.

Riconoscere la complessità è il primo passo per accompagnare davvero ogni studente nel suo percorso.